LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec Vol. 27, nº 6, Décembre 2009 - Janvier 2010

Que la paix et le bonheur habitent vos cœurs

En cette saison de réjouissances, les membres de l'exécutif régional et les responsables des comités régionaux profitent de cette occasion pour vous offrir à vous et votre famille, leurs meilleurs vœux pour un très Joyeux Noël et une nouvelle année remplie de joie, de bonheur et de sérénité.

Tous ensemble, transmettons le message, soyons responsable et tendons la main à celui ou celle qui a besoin d'aide.

Joyeux Noël
Bonne et Heureuse Année 2010

Votre exécutif régional :
Alain D. délégué, André L. délégué adjoint, Roger B. président, Célyne L. vice-présidente, Francine L. secrétaire, Estelle F. trésorière, Johanne G. adjointe administrative

Les responsables des comités :
Éric F. (Information Publique, CMP, Site web), Vallier R. (Séminaires), Gilles L. (Vigne & Publication), Bernard C. (Archives), France J. (Nordet), Alain É. (Communautés Éloignées), Réjeanne G. (C. détention et traitement)

L'équipe du Nordet
France J., Célyne L., Robert C., Serge F., Raymond G.
et ses collaborateurs:
Robert P., Bernard C.

SOMMAIRE

Mot de la rédaction 2

Mot des serviteurs régionaux :
- Mot du président 3
- Comité des Archives - Intro et slogans en montagnais 4

Congrès Autochtone de Pessamit 5
Une interrégionale des plus intéressantes 6
Douze recettes pour des Fêtes sobres et joyeuses 7
Site Web 7
Réflexions du Penseur 8
Chronique du Fouineur 10
À noter à votre agenda 11

MOT DE LA RÉDACTION

Chères lectrices,
Chers lecteurs,

Cette sixième édition termine ma première année de mandat à la barre du Nordet.... Déjà ! Merci de votre fidélité et de votre collaboration pour garder notre revue attrayante. L'équipe du Nordet a essayé de diversifier les articles proposés à tous les deux mois et ce, dans un souci de vous informer adéquatement de tout le travail accompli par les serviteurs régionaux. Merci à ceux et celles qui ont pris la plume en 2009.

En août dernier avait lieu le Congrès Autochtone. Alain É. notre représentant aux Communautés éloignées était sur place et nous fait part de sa première expérience à ce congrès.

Céline nous amène par le truchement de notre revue, à une réunion des 4 régions du Québec (interrégionale), qui s'est tenue en novembre dernier.

Le Penseur, cet incorrigible bavard, comme il le dit si bien lui-même, nous entretient de la disponibilité et de la responsabilité dans les services. Comme le sujet le passionne énormément, vous pourrez lire la première partie dans cette édition et nous revenir à la prochaine parution pour y lire la conclusion.

Le Fouineur, quant à lui, a choisi un sujet à-propos en cette période des Fêtes, le pardon.

En terminant, l'équipe du Nordet vous souhaite à chacun de vous et aux membres de votre famille, un très heureux temps des Fêtes dans l'amour et la sérénité. Profitez-en pour faire une pause bien méritée qui vous permettra de vous mettre à jour dans votre lecture du Nordet, et ce, avant de commencer la nouvelle Année.

Bonne lecture et au plaisir de vous retrouver en 2010!

France J.
Responsable du comité du Nordet

Le Nordet, bulletin des membres AA de la Région Nord-Est du Québec, est une publication bimestrielle. *Le Nordet* publie des articles sur les services, la structure et les traditions AA, des témoignages de serviteurs, anciens et actuels, etc. Le bulletin évitera, en général, de publier des témoignages de rétablissement.

Les articles publiés dans *Le Nordet*, directement ou sous forme de citation, sont rédigés par des membres AA. Ils n'engagent pas la responsabilité du Mouvement AA en tant qu'association, ni celle des membres AA de la Région Nord-Est du Québec.

Les lecteurs et lectrices qui ont des commentaires à formuler peuvent écrire au responsable du *Nordet*, à l'adresse du bureau régional. *Le Nordet* accorde un droit de réplique à toute personne se sentant lésée par un article publié dans ses pages. En règle générale, cependant, le bulletin ne publiera pas de réplique à une première réponse, afin d'éviter les polémiques.

Adresse du bureau régional :
Région Nord-Est du Québec
75, rue des Épinettes, suite 3
Québec (Québec) G1L 1N6
Téléphone : (418) 523-9993
Télécopieur : (418) 523-9997
Courriel : region89@qc.aira.com

Abonnement : Nombre de numéros : 6 par année. Coût de l'abonnement : 12 $ pour un abonnement individuel; 18 $ pour deux exemplaires, 22 $ pour trois exemplaires et 25 $ pour quatre 28 $ pour cinq exemplaires. (Si vous en voulez plus de cinq : comptez 5 $ par exemplaire)

— Mot de la rédaction et Mise en page: France J.
— Membres du comité du Nordet : France J., Célyne L., Robert C., Serge F., Raymond G.
— Collaborateurs : Robert. P., Bernard C.

Mot du président

Bonjour à vous tous, serviteurs de confiance,

Nous voici à la mi-mandat, après 11 exécutifs, 4 conjointes, 3 interrégionales et 2 assemblées générales. Beaucoup de réunions et surtout plusieurs ordres du jour à préparer. Je suis content de voir que l'unité et la communication sont toujours au rendez-vous dans nos réunions d'affaires.

Ma première assemblée générale en juin dernier fût mémorable! Pourquoi? Un micro pour 200 personnes et nous pouvions entendre voler une mouche. Merci aux R.S.G. et R.D.R. et à ceux et celles qui étaient présent(e)s de m'avoir permis de vivre une journée d'une si grande sagesse.

Les membres de l'exécutif partageons entre-nous nos forces, nos espoirs. Merci au comité de servir la région avec autant d'enthousiasme.

Je m'en voudrais vraiment si je ne parlais pas de l'adjointe administrative qui est mon œil, à qui je peux partager mes états d'âmes en toute amitié. Merci Johanne de m'accepter tel que je suis.

Cette année nous avons eu à prendre une décision pour un nouveau local. J'ai donc le plaisir de vous annoncer que le déménagement des bureaux de la Région Nord-Est du Québec (89) est prévu pour le 1er Janvier 2010. Le tout c'est fait avec tellement d'harmonie. Assez c'est assez, je vais maintenant vous parler de moi :

L'étincelle des services que vous m'avez transmise voici plusieurs 24 heures s'est transformée en flamme et je demande à ma puissance supérieure de la garder allumée pour continuer à me découvrir tout au fond de moi-même et m'apprivoiser avec les services.

Je tiens à remercier tous les serviteurs de me faire vivre une si belle expérience et je vais dire comme mon co-chambreur : « Merci d'avoir fait de moi un être plus responsable ».

Continuons à partager ensemble nos trois legs !

Je vous souhaite de beaux 24 heures et à la prochaine.

Roger B., président

LE COMITÉ DES ARCHIVES

Chaque fois qu'une société ou qu'une civilisation disparaît, on observe toujours la présence du même phénomène : elle avait oublié ses origines

Pour ne pas oublier ses origines, la Région 89 a instauré un comité des archines, au fil des publications du Nordet, le comité vous parlera de son fonctionnement. Nous vous ferons connaître certains faits et anecdotes, nous vous formulerons des demandes spécifiques, etc.

Pour débuter, imaginez-vous des cahiers qui contiendraient les historiques des districts et des groupes. Des cahiers qui contiendraient toute l'information relative à chaque district et à chaque groupe; sa date de création, le nom de ses fondateurs(trices) ainsi que toute information pertinente à être archivée

Le comité se réunira au début de décembre et préparera son plan d'action pour l'année 2010.

À chaque publication du bulletin régional, le comité des archives soumettra au comité du Nordet, un petit quelque chose concernant les travaux de notre comité Nous parlerons brièvement de nos trouvailles, de faits historiques, etc. Notre région est relativement jeune, mais elle vieillit tous les 24 heures. Ensemble, faisons que son histoire ne soit pas oubliée.

Note : Vous préparez-vous à jeter ou à détruire des papiers, documents ou autres, faute d'endroit pour les conserver, faites-nous les parvenir. Nous les éplucherons et si le matériel qu'ils contiennent est archivable, nous ferons notre travail qui est de garder, préserver et archiver.

Au plaisir de se relire,

Le comité des archives

En préambule à l'article sur le Congrès Autochtone à la page suivante, voici l'introduction et les slogans en langue montagnaise

Alcooliques Anonymes ekute nite e mamu uauitshishitutau ishkueuatsh mahk napeuatsh, uauitamuatsh nite tan ka ishi ilniutau, kie e ishi shutsh iteltukau, kassinu mamu tshetshi ueueshtatau metshipiltau kie tshetshi uitshishatau kutaka auelu e alimihulitsh.

Muk nitueltamuakanu auen tshetshi tshitshue iteltak ua pulit e minukuet, eukuanne kie apu nitueltakanitsh shuliau kie e pishtinikanutsh, nilan tipan ni mautshitanan shuliau.

Nashppitsh apu uiesh nite uluipiltsh ne ka ishinikatetsh AA miam nite ka utshimau aiminanutsh kie apu uauitshishiuet e matshipilitsh tshekuan nite itshi.

Muk niteltenan tshetshi eka minukueiatsh kie tshetshi uauitshishititsh kutakatsh ka minukueshatsh.

Slogans en montagnais

L'important d'abord
Ushkat meshta-apatat

Pensez… méditez… pensez…
Mitunenita… mamitunenita…mitunenita

Par la grâce de Dieu
Anite ut Tshishe-Manitu

Vivre et laisser vivre
Inniu kie mini auen tshetshi inniut

Agir aisément
Petikat aiti

Congrès Autochtone de Pessamit

C'est du 21 au 23 août 2009 que s'est tenu le **Congrès Autochtone de Pessamit** (Betsiamites). D'après les informations obtenues, Pessamit désignerait la lamproie, ce poisson de mer et de rivière à chair estimé, qui recherche les fleuves bas et les rivières lentes, les ruisseaux caillouteux, toutes eaux facilement attiédies par la lumière…

Le congrès se déroule en pleine nature, dans des camps de bois rond, situés dans une clairière surélevée à côté de la rivière, à quelques kilomètres à peine du village. Pour y accéder, il suffit de suivre tranquillement un chemin forestier carrossable, sur lequel nous y retrouvons des indications à suivre pour se rendre sur les lieux du congrès. Un endroit paisible, calme et tranquille, entouré de boisé, de fleurs naturelles et de bleuets…

C'était la première fois que j'avais le plaisir d'assister à ce congrès. Quelques jours avant l'événement, j'avais communiqué avec mon ami Léopold H. pour lui demander des informations sur le déroulement des activités. Léopold m'informa que le vendredi vers 19 h 30, il demandait à tous les participants de dire quelques mots et d'exprimer ce qu'ils étaient venus chercher à ce congrès… Je vous avoue en toute franchise que cette question m'a fourni matière à réflexion durant tout le congrès. J'ai trouvé ce que j'étais venu chercher, soit vivre intensément mon moment présent.

Plus de 75 personnes étaient réunies vendredi soir dans le camp principal. Chacune a pu s'exprimer sur les motivations qui les avaient poussées vers le congrès autochtone. C'est durant cette période que nous avons eu le plaisir d'entendre Malcom R., un jeune chanteur rappeur qui nous a interprété *« a cappella »* cette belle chanson dont il a eu l'amabilité de me faire parvenir le texte pour que je puisse le joindre à cet article :

Capteur de rêves (Malcom Riverin)

On m'a déjà dit que quand j'dors,
Le sommeil, c'est le cousin de la mort,
Alors j'dors pas fort,
J'me réveille encore et encore,
J'suis sur le bord de la déborde,
La tête, le corps en désordre,
J'me rappelle encore d'l'école,
J'pensais souvent à la corde,
Pensant que j'avais aucun talent,
Mais j'checke le présent,
La vie qui m'apporte beaucoup de présents,
Les jaloux qui conjuguent taisent par se faisant,
AA . l'opportunité se présente,
Watch mes yeux je vois tellement grand,
Merci Dieu de m'avoir donné deux belles jambes,
Des coups de pieds à moi et à moi-même,
C'est que je suis parfois bad pis parfois good,
C'est l'bien pis l'mal j'trouve pas balance c'est toute,
J'm'adapte à ma logique pis c'est pas pire pantoute…

Je ne suis pas un jongleur de mots pour vous décrire exactement avec les termes appropriés ce que j'ai vécu, je peux simplement avec mes sentiments vous refléter ce que j'ai ressenti. Un accueil chaleureux, l'hospitalité, le charme et la simplicité de nos hôtes. Cette familiarité spontanée manifestée envers tous les visiteurs. Durant toute cette fin de semaine, j'ai traversé une période de bien-être, difficile à décrire, quelque chose que l'on ressent au fond de soi-même; le calme, la sérénité portée par l'insouciance du moment présent.

Il a fallu toute une organisation pour recevoir et héberger plus de 200 personnes durant le congrès! Des génératrices, de la nourriture pour tous ceux qui le désiraient, sous une forme de contribution volontaire, de la place pour coucher dans les campements, du stationnement pour les gens qui s'étaient déplacés en *winnebago* sans oublier l'hébergement offert à Papinachois.

Et nous avons pu entendre plusieurs beaux témoignages, des partages AA autochtones, blancs, avec la participation de Al-Anon et Alateen.

Merci et encore merci à Léopold H. et à toute son équipe de bénévoles, qui ont permis à tous ces gens venus d'un peu partout, de Val-D'Or, de Mingan, de Montréal, de Drummondville, Québec, Saguenay, Charlevoix, etc., de participer à une fin de semaine inoubliable.

Mon souhait le plus cher, c'est que notre ami Léopold puisse nous inviter à nouveau au Congrès autochtone de 2010.

Alain E
Responsable des Communautés Éloignées

Une interrégionale des plus intéressantes…

Nous sommes le samedi 7 novembre 2009. Tous les membres de l'exécutif de notre région se dirigent vers Drummondville afin d'assister à l'assemblée interrégionale. Trois fois par année, les quatre régions du Québec se réunissent pour discuter de divers sujets d'intérêt commun et pour échanger sur certaines pratiques. Du temps où j'étais RSG et RDR, je me demandais pourquoi réunir 20 personnes pour une activité durant laquelle aucune décision n'était prise. Je suis en mesure aujourd'hui de dire que ces rencontres sont essentielles pour que la région ait une conscience éclairée.

Le 7 novembre dernier, 28 personnes sont présentes. Il y a plus de participants autour de la table puisque la région 87 et la région 90 présentent leurs serviteurs nouvellement élus. Michel P. (ex-délégué de notre région) sort son cahier de notes pour la dernière fois puisqu'il finit son mandat de secrétaire à ce comité. L'atmosphère est conviviale. Des sujets sont ajoutés à l'ordre du jour :

1) *Le Rassemblement provincial de mai prochain* : la région 89 sera l'hôte et elle informe les autres régions où se tiendra cette activité. Les serviteurs des autres régions sont heureux d'être accueillis dans la ville de Jonquière.

2) *Le site WEB provincial* : la version anglaise du site WEB provincial est terminée depuis mai dernier. Francine L. est la nouvelle présidente du comité qui se réunit 4 fois par an. Le rassemblement est nouvellement annoncé sur le site par le biais d'un onglet favorisant l'annonce d'évènements ayant une portée provinciale. Le comité du site WEB préconise de mettre à la disposition des serviteurs des régions, un forum d'échange. Des tests se font actuellement pour ce faire. Les membres se questionnent sur la durée que devrait avoir le terme d'un webmestre.

3) *Il est convenu qu'une liste des membres impliqués dans les régions du Québec* soit instaurée et mise à jour afin de faciliter les échanges entre les différents paliers (exécutifs, membres des bureaux, responsables des comités). C'est le secrétaire du comité qui aura la responsabilité de transférer l'information aux régions dès que des mises à jour se feront.

4) *La participation du délégué au congrès international* : comment décider si la région doit payer ou ne pas payer pour la participation du délégué à cette activité? Lorsque le délégué reçoit un avis de convocation pour assister à une activité du BSG, les régions devraient payer. Pour le congrès, les délégués sont invités au même titre que tous les membres. Il n'y aurait pas lieu de payer pour lui. Chaque région est autonome toutefois.

5) *Préparation des délégués avant la Conférence* : Les délégués de l'Est (10 régions) vont former un comité *(CERAASA)* afin d'échanger entre eux. Le 9 novembre 2009, une conférence téléphonique est organisée à ce sujet. Un fonds de réserve serait requis. Les exécutifs des régions devront discuter de ce sujet avec leurs membres. Une question demeure : qui prendra le leadership pour que ces rencontres aient lieu…

6) Michel P., tout comme 3 autres serviteurs (Linda et Donald – région 90, Luc - région 87) se présente *au poste d'administrateur territorial.*

7) *La grippe AH1N1* : dans les groupes des diverses régions, les membres s'inquiètent et interrogent leur exécutif. Les régions ne peuvent donner de directives sinon de demander que les règles gouvernementales soient respectées (comme dans le cas de la défense de fumer dans les salles).

8) *Les communautés éloignées* : est-ce que les régions réussissent à appuyer les soldats qui sont en Afghanistan? Comment peut-on leur faire parvenir de la littérature? Les responsables des comités des 4 régions pourraient échanger sur ce sujet. La région 87 et la région 90 ont fait des démarches auprès des aumôniers sur les bases. Il est très difficile de les rejoindre.

14 h 30 : le tour de table s'effectue. 2 délégués participent pour la dernière fois à l'interrégionale : Ginette W. de la région 87 et Sylvain L. de la région 90 ont le cœur gros. Ginette sera l'employée du bureau de la région 87. Les membres s'expriment sur la nécessité de tenir ces réunions interrégionales et sur la complicité qui se développe de plus en plus entre les régions. Francine et moi revenons à Québec encore plus motivée que jamais à donner plus et mieux à la région 89 et à ses membres.

Célyne L.
Vice-présidente

Les 12 recettes pour assurer des Fêtes sobres et joyeuses

1. Projeter plus d'activités AA pendant la saison des Fêtes. Amener des nouveaux aux réunions, offrez-vous à répondre au téléphone dans un club ou dans un bureau central, transmettez le message, aidez dans la cuisine ou visitez l'aile réservée aux alcooliques dans un hôpital;
2. Recevez des amis AA, particulièrement des nouveaux. Si vous n'avez pas l'espace voulu pour accueillir un groupe, n'invitez qu'une personne à dîner et recevez les autres au moment de prendre le café;
3. Gardez à portée de la main, votre liste téléphonique de membres AA. Si l'angoisse ou l'obsession de boire vous assaille, cessez toute activité jusqu'à ce que vous ayez téléphoné à un membre;
4. Renseignez-vous sur les réceptions, réunions ou autres rassemblements projetés pour le temps des Fêtes par les groupes de votre région et allez-y. Si vous êtes timide, amenez un plus nouveau avec vous;
5. N'assistez à aucune réception des Fêtes qui vous perturbe. Vous souvenez-vous de votre habileté à trouver des excuses lorsque vous buviez? Il est maintenant temps de mettre ce talent à profit. Aucune réception de bureau ne vaut votre bien-être;
6. Si vous devez aller dans une réception où l'on sert de l'alcool et qu'il est impossible d'être accompagné d'un membre AA, ayez des bonbons à votre portée;
7. Ne vous croyez pas obligé de prolonger votre soirée. Prenez à l'avance un engagement important que vous devrez respecter;
8. Allez à l'église, n'importe laquelle;
9. Ne restez pas inactif à broyer du noir. Faites de la lecture, visitez des musées, prenez des marches, écrivez à vos amis;
10. Ne commencez pas maintenant à vous préoccuper de cette tentation des Fêtes. Souvenez-vous : une journée à la fois;
11. Profitez de la véritable beauté des Fêtes qui se traduit par l'amour et la joie. Peut-être vous est-il difficile d'offrir des cadeaux tangibles, mais cette année vous pouvez offrir de l'amour;
12. Finalement, « après avoir connu…» point n'est besoin ici de répéter la 12e étape, puisque vous la connaissez déjà.

et

LE SITE WEB DE LA RÉGION 89
www.aa-quebec.org/region89/

Bienvenue les internautes!

Nous avons réservé un nom de domaine « aa89.org » dans le but de créer des adresses POP pour les serviteurs régionaux. Notre nouveau serveur est donc disponible pour la création de ces adresses courriel, lesquelles seront accessibles en cliquant sur le nom du service ou serviteur dans la section « Nous contacter » du site Web de notre région.

Donc, pour aider à préserver leur anonymat, les membres du comité exécutif et les responsables des comités de service régionaux peuvent se servir d'une adresse « @aa89.org ». Cette adresse est à leur disposition pour toute la durée de leur mandat.

La webmestre est seule à connaître les mots de passe liés aux adresses de courriel. Aucun autre membre, quelle que soit sa fonction, n'a accès au mot de passe de qui que ce soit. La boîte courriel confiée au serviteur devient un espace inviolable.

En d'autres termes, une adresse POP possède une boîte de réception (une boîte personnalisée pour chaque serviteur ex. :president@aa89.org. Cette boîte courriel peut être logée chez le serveur aa89 ou configurée dans votre «outlook » selon votre choix. Vous pouvez donc envoyer et recevoir des courriels portant le nom de votre titre et protégeant ainsi votre anonymat.

Concernant les pages de District, je suis heureuse de vous annoncer que nous avons un nouveau district qui s'est joint à nous : Le Fjord 89-23 de Chicoutimi. Le district de Shawinigan nous a fait également parvenir son historique. Un merci spécial à ceux qui nous envoient des documents. Quel sera le prochain?

N'oubliez pas vos activités durant le temps des Fêtes, vous n'avez qu'à faire parvenir vos dates d'activités durant la période des Fêtes un peu comme vous le faites pour annoncer les congrès. Donc si vous avez des groupes dans votre district qui organisent de telles activités ou si c'est le district qui en est responsable, écrivez-moi vos informations et nous nous ferons un plaisir de les afficher sur le site. Vous écrivez à webmestre@aa89.org.

Merci de votre attention et à la prochaine!

Francine L.
Webmestre, Région 89

LES RÉFLEXIONS DU PENSEUR

DISPONIBILITÉ, RESPONSABILITÉ, SERVICES

Le penseur, pour ne pas dire un vieux membre, un enquêteur, un fouineur (non, on en a déjà un) un qui a vu et qui rapporte, la voix d'une certaine expérience, un témoin, un rapporteur, enfin tous ces qualificatifs sont un peu le penseur. Un penseur qui croit, s'il lui a été gracieusement donné une sobriété d'une certaine durée, et une parcelle de talent pour relater les expériences vécues jour après jour. Il a une très grande responsabilité envers notre magnifique mouvement. La responsabilité de partager ces expériences vécues, les offrir à ses consoeurs et confrères AA qui sont libres d'en faire l'usage qu'ils jugent nécessaires. Voilà ce qui explique les trois mots en titre de cette chronique.

DISPONIBILITÉ, RESPONSABILITÉ, SERVICES

La plus pure des démocraties sert de guide dans AA, où rien n'est ordonné, exigé, condamné. Où aucune action si méprisable, si mauvais soit-elle, enchaîne une révocation. Aucune action ne peut empêcher un membre d'assister aux réunions, personne ne peut être banni, expulsé ou empêché d'entrer dans une salle. Si un individu perturbe la réunion, des membres s'occupent de lui avec tolérance et amour. Il est écrit dans nos publications que ces personnes sont nos meilleurs professeurs. A nous d'apprendre ce qu'ils ont à nous enseigner.

DISPONIBILITÉ

Le dictionnaire définit être disponible comme quelqu'un libéré de toute occupation et pouvant s'adonner à une tâche. La disponibilité dans les services AA transcende cette définition. Dans les services être disponible revêt un tout autre habit. La plupart des mandats sont de deux ans, auxquels peuvent s'ajouter deux autres années, si on accepte un mandat d'adjoint, auquel s'ajoutera la relève. Nous avons hélas trop souvent à déplorer le départ de serviteurs qui ont été parachutés à certains postes, ou qui n'ont pas évalué la demande d'une certaine tâche, n'ayant pas été informés ou reçu une description de tâches. Inévitablement, en cours de mandat, ce serviteur se rend compte des exigences et de l'implication pour accomplir le mandat en cause; il n'a ni le temps à consacrer aux services ou ce qui est plus grave, il n'a pas encore la maturité émotionnelle pour œuvrer à certains niveaux de service. Il s'en suit toujours un profond désenchantement, quelquefois même l'insécurité mène au ressentiment, ce qui est un grand danger pour tout alcoolique. Il est vrai que servir nous fait grandir et nous apporte une certaine maturité émotionnelle; il est aussi vrai qu'il est préférable d'en avoir au moins un peu au départ.

Je comprends et accepte volontiers que durant un mandat de service il faille quelquefois démissionner pour des causes personnelles de santé et d'impossibilité à terminer efficacement un mandat, en de telles circonstances, s'accrocher au poste priverait le mouvement de services auxquels il a droit. Beaucoup de serviteurs ayant vécu pareille expérience ont trouvé une personne apte à prendre la relève.

La disponibilité à servir couvre très grand, il a été dit plus tôt qu'elle transcende la définition encyclopédique, en voici un exemple :

Un certain membre de mes amis, riche d'une vingtaine d'années d'abstinence et culminant une expérience de service à différents niveaux : tâches dans le groupe – RSG – représentant et responsable de différents comités – RDR. Cette personne avait été approchée par des membres du

comité régional pour postuler au poste de délégué. Ce membre vécut des émotions indescriptibles que des confrères AA lui fassent confiance pour l'inviter à postuler à ce poste, le transportant littéralement au septième ciel. Mon ami ayant appris par son cheminement à freiner ses moments d'euphories se donna une semaine pour étudier la proposition… Prière et méditation lui ayant enseigné durant ses années dans le mouvement, a référer à son guide spirituel pour les décisions à prendre; il lui fut suggéré d'obtenir toute l'information pertinente à ce mandat, lire le Manuel de service – consulter d'ex délégués, en parler à son supérieur au travail, etc. – demander à son Être suprême de lui faire savoir s'il pourrait efficacement remplir ce mandat pour le bien de AA.

Et comme la réponse vient toujours lorsque l'on demande à l'Être suprême de nous aider, elle lui fut donnée. Il se rendit compte qu'il ne pourrait pas remplis ce mandat pour le plus grand bien de AA, pour les raisons suivantes :

- Son patron lui signala que pendant ces deux années, il devrait employer un autre cadre pour répondre aux urgences en dehors des heures de service. La prime de disponibilité serait par le fait même donnée à son remplacement.
- Il devrait changer d'auto pour pourvoir effectuer les nombreux déplacements d'un délégué. Ce serait difficile à réaliser, le budget familial en souffrirait beaucoup.
- Le mandat de délégué est un des plus exigeants, pourrait-il coordonner les responsabilités familiales et financières et remplir ce mandat avec un état d'esprit serein durant 2 ans.
- Ou est-ce que les problèmes engendrés par toutes ces pressions l'empêcheraient de servir pour le plus grand bien de AA avec sérénité.

La décision était évidente, mon ami n'a pas postulé pour le poste de délégué, n'étant pas disponible pour offrir un service adéquat comme AA était en droit d'obtenir. Évidemment, grande tristesse! Mon ami n'a pas pu avoir une vue d'ensemble de AA du point de vue de la conférence. Mais le temps grand guérisseur, a pris soin de mon ami et depuis toutes ces années il sert encore à des postes que sa DISPONIBILITÉ lui permet de servir. Je vous confirme que cette histoire est vraie et s'est ce qui me fait croire que la ***disponibilité*** est une exigence très importante lorsque l'on accepte une tâche dans AA

RESPONSABILITÉ – SERVICES

Dans nos publications, le sujet de *Responsabilité* est abordé dans approximativement 80 articles, en plus de nombreuses pages du *langage du cœur.* C'est donc un sujet qui mérite toute notre attention. En faisant des recherches, j'ai lu la plupart de ces articles et je dois vous avouer, bien humblement, avoir découvert un sens à la responsabilité reliée aux services, un sens que je ne soupçonnais même pas. J'ai le goût de vous citer quelques phrases sans donner les références, vous laissant le privilège de les rechercher vous-même. Tout progrès dans les AA peut se résumer en deux mots : humilité et responsabilité. Notre développement spirituel peut se mesurer de façon précise par notre degré de fidélité à ces magnifiques concepts (Ah oui!). Et, qu'est-ce qu'un concept? C'est l'idée d'un objet conçu par l'esprit permettant d'organiser les perceptions et les connaissances et percevoir et saisir par les sens et par l'esprit. Un processus de recueil et de traitement de l'information sensorielle.

- *à suivre dans la prochaine édition* -

Le Penseur

Y en aura pas de chronique du Fouineur

Allo, tourlou, comme dirait mon parrain…

Bien oui, je suis de retour, chers lecteurs du Nordet.

Il aurait été facile pour moi de dire à la présidente de la revue que je n'avais pas eu le temps de *Fouiner*…mais je me suis dit, il y a sûrement un sujet où les lecteurs trouveraient un intérêt. Après mûres réflexions, j'ai décidé de vous parler du PARDON.

Vous me permettrez de vous présenter un texte, qui je l'avoue, se rapproche étonnamment de notre littérature AA. La signature est illisible, mais l'ont peu voir que le texte a été écrit en septembre 1989.

LE PARDON

À l'union des peines et de couleurs
Sur le poids des souffrances passées
Sous les regards des gens de cœur
Le Pardon à l'âme s'est donné

Aujourd'hui, le silence a parlé
Aujourd'hui, une page a tourné.
Par les mots des gens de cœur
Un homme est libéré

Tout renaît sur les chaudes cendres
Tout renaît face à l'éternité
Au fond de l'âme des gens de cœur
La faute meurt au passé

Demain portera ses fruits
Demain donnera l'oubli
Au cœur des gens de cœur
Le PARDON a donné la VIE…

Si l'on ne pardonne pas et si l'on maintient en soi un ressentiment, on vit un stress continuel. Le ressentiment, c'est le pire sentiment que vous pouvez vivre. Il peut être à l'origine de l'hypertension, de l'arthrite et même de certains cancers. Le pardon n'est pas seulement un acte de volonté…le pardon est un acte d'amour : **par don**.

Quand on pardonne, quelque chose d'extraordinaire se passe, qui fait qu'éventuellement l'offenseur peur prendre conscience de sa conduite et changer de comportement et d'attitude intérieure. Mais on n'a pas de pouvoir sur l'autre.

Nous n'avons que du pouvoir sur nous, le pouvoir de guérir et celui de nous libérer, d'avoir la paix et le pouvoir de prier pour l'autre personne.

Lorsque j'assiste à une réunion des Alcooliques Anonymes, il n'est pas rare d'entendre un(e) membre parler de pardon et ce que cela lui a apporté de bénéfique dans sa vie. J'entends souvent dire : je vais beaucoup mieux depuis que j'ai fait la paix avec…untel.

Notre mode de vie n'est-il pas basé sur l'Amour et non la haine. Notre littérature déborde de passages où c'est important de faire la paix.

L'amour et la tolérance envers les autres, voilà notre code (Alcooliques Anonymes, p.77).

Je me suis aperçu que je devais toujours pardonner aux autres, peu importe les circonstances, si je voulais faire de réels progrès spirituels. L'importance cruciale du pardon ne me paraît pas évidente à première vue, mais mes études m'ont appris que tous les grands maîtres spirituels insistent fortement sur ce point. Je dois pardonner les blessures, non seulement en paroles ou pour la forme, mais dans mon cœur; non pour le bien de la personne en cause, mais pour mon propre bien.

La rancœur, la colère, le désir de voir quelqu'un puni, sont des sentiments qui font pourrir l'âme. Ils m'enchaînent à mes difficultés et à d'autres problèmes qui n'ont rien à voir avec mon problème fondamental (Réflexions quotidiennes, p.88)

Pourquoi avoir choisi ce thème? La période des Fêtes arrive bientôt, je crois que le plus beau cadeau que l'on peut se faire et faire à d'autres est de faire cette démarche de pardon si nous devons la faire bien entendu…et de vivre la plus belle période des Fêtes.

Je termine ce texte par une citation qui un jour m'a frappé :

Si tu veux être heureux un instant, venge-toi.
Si tu veux être heureux tout le temps, pardonne.

JOYEUX NOËL & BONNE ANNÉE 2010.

Le Fouineur

Vous avez un événement d'intérêt local ou régional à faire annoncer

Faites parvenir toute information à ce sujet au moins trois mois à l'avance, afin de nous permettre d'en faire l'annonce à temps dans ***Le Nordet***. Veuillez utiliser ce coupon-réponse, écrire tous les renseignements en caractères d'imprimerie et le poster (ou le télécopier) au bureau régional :

Région Nord-Est du Québec
75, rue des Épinettes, Suite 3
Québec (Québec) G1L 1N6
Télécopieur : 418-523-9997
Courriel : region89@qc.aira.com
Site Web : www.aa-quebec.org/region89

Date de l'événement

_____

Nom de l'événement

_____

Thème (s'il y a lieu) _____

Lieu et adresse de l'événement _____
_____

Contact (nom et numéro de téléphone)
_____

Abonnement individuel ou de groupe

Le Nordet est le bulletin d'information de la Région Nord-Est du Québec (89), et est publié six fois par année.
Pour vous abonner (ou vous réabonner), veuillez utiliser ce coupon-réponse, écrire tous les renseignements en caractères d'imprimerie, joindre un chèque ou mandat, libellé à l'ordre de la Région Nord-Est du Québec, d'une somme de 12 $ pour un abonnement individuel; 18 $ pour deux abonnements; 22 $ pour trois abonnements et 25 $ pour quatre et 28 $ pour cinq abonnements. (Si vous en voulez plus de cinq : comptez 5 $ par abonnement supplémentaire) et poster le tout au bureau régional, à l'adresse ci-dessus mentionnée.

Nombre d'exemplaires _____
Montant joint _____
Nom (au complet) _____
Adresse _____
_____
Téléphone _____

À noter à votre agenda

Calendrier et événements régionaux

Activités pour la période des Fêtes:

Invitation aux membres AA et à leur famille pour célébrer dans la paix et la sérénité :

- les 24, et 31 décembre 2009 (19 h 30 à minuit)
- les 25 décembre 2009 et 1er janvier 2010 (9h30 à 22 heures et plus)

à l'**Institut Pie X, 106, rue Jean XXIII à Lévis** (accès par le stationnement arrière)

19 au 21 mars 2010, Congrès AA de Québec, au Campus de Charlesbourg, 7600, 3e Avenue Est (angle de la 76e Rue) sous le thème : **Croire que tout est possible.** Avec la participation Al-Anon et Alateen. Info. : Anne 418 380-4862 courriel : congres-aa-quebec@hotmail.com

Pour accéder à l'édition électronique consultez le site Web au :
www.aa-quebec.org/region 89

et pointez
***Le Nordet* tout au haut de la page**

Bonne lecture!